

南風

2016年7月 第17号

みなみかぜ

発行 有秋南小学校区安心安全ネットワーク
問合せ 姉崎保健福祉センター ☎ 62-8601

南小安心安全ネットワーク規約 第3条

本会は、地域福祉活動を推進する団体や個人の連携により、その活動を相互に補完し、協働活動を通して地域課題を解決し、地域の価値を創出することを目的とする。

貢献活動を考える 貢献感を“感じる”ために

約20年位前に私たちが自己啓発本として参考にしたデール・カーネギーの「人を動かす」(創元社) やスティーブン・コヴィーの「7つの習慣」(キングベアー出版)などの思想に強く影響していると云われるアドラー心理学。

近年、岸見一郎・古賀史健共著「嫌われる勇気」(ダイヤモンド社)、岩見一郎「アドラー心理学実践入門」(ベストセラーズ)、小倉広「アルフレッド・アドラー人生に革命が起きる100の言葉」(ダイヤモンド社)などアドラー心理学についての著書も多く発刊されブームが続いています。

私はその一部に目を通したとき、「人生の意味は貢献、他者への関心、協力である」、「そのままの自分を認めよ」、「叱ってはいけない、ほめてもいいけない」など興味深い多くの言葉が目にとまりました。これに自己啓発のためとしての興味もありましたが、むしろ、私たちが行うボランティア活動(貢献活動)について、「みなさんは、どのような気持で活動を始めそして続けられるのだろうか?」また「その結果、どのような心の変化を感じられるのだろうか?」など心理学的意味で興味を覚えました。

ここでは、アドラーの幸福のための“共同体感覚”を中心に、上記の図書などを参考にそのポイントを整理してみました。

(2~3頁へ続く)

私たちは仲間!

熱中症を防ぐ!

- * 「水分を」こまめにとろう
- * 「塩分を」ほどよくとろう
- * 「睡眠環境を」快適に保とう
- * 「気温と湿度を」気にしよう
- * 「室内を」涼しくしよう
- * 「服装を」工夫しよう



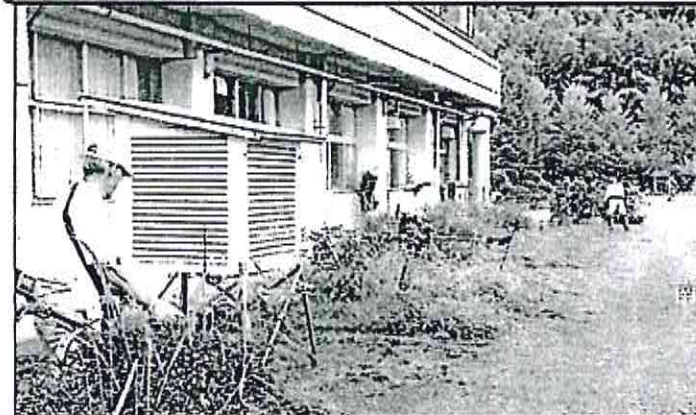
見守りVR募集中

見守り訪問をお願いしたい方、お手伝いをしてみたい方
見守り・支え合いの楽しさを体験しよう!

南小ネットワーク



CAMERA REPORT 2016.5月~7月



イベント案内 (8月~10月)

月	日	曜日	行事
7	26	火	安心訪問員会議
8	6	土	椎の木台納涼祭
			深城納涼祭 緑園都市夏祭り
8	20	土	桜台夏祭り
8	22	月	南小草刈ボラ
8	23	火	NW推進委員会
9	2	金	南小集団下校訓練(14:50)
9	4	日	市総合防災訓練(東小)
9	17	土	みのり幼稚園運動会
9	19	月	有秋地区敬老会
9	20	火	NW推進委員会
9	21	水	南小草刈ボラ
9	27	火	安心訪問員会議
10	1	土	上総いちばら祭り
10	3	月	千葉福祉園園まつり
10	15	土	有秋地区市民体育祭
10	18	火	NW推進委員会
10	19	水	南小草刈ボラ
10	22	土	南小PTAバザー
10	30	日	地区社協福祉バザー



編集後記 「こんにちは! お変わりありませんか」と訪問すると、大抵の方は「有難うございます。いつもお世話になります」と云って嬉しそうに出迎えてくれます。訪問する側からすると、「この人のために役立っている!他者貢献」と実感する瞬間です。

しかし、何時でもそのような好感覚を共有できるとは限りません。その場合でも、理想を求めて、焦ることなく時間を掛けて、好感覚の助け合いを進めたいと思います。(S.T.)

南小ネットワーク
28.7.28
受号

幸福は「ユリ」
 (アドラーの言葉1)

自分自身の幸福と人類の幸福のためにもっとも貢献するのは共同体感覚である

共同体感覚とは?

我々のまわりには他者がいます。人間は個人として弱く限界があるので、一人で生きていけません。そこで、人はいつも他者と結びついているのです。この「他者と結びついている」ということが、共同体感覚の意味です。もしも他者が「仲間(ネー)」であって、仲間仲間と生きていくとしたら、我々はその「居場所(ネー)」を見出すことができるでしょう。その共同体のなかで、仲間たちと一緒に共同体のために貢献し、貢献感を持つことで自分に価値があると思えば、対人関係に入っていく勇氣を持つことができます。



これが対人関係を徹底して問うアドラー心理学の最終目的地です。そして、共同体感覚のさ

「幸福がある」と
 (ネー) 自分の行く手を遮る「敵」の対峙。
 (ネー) 人間の基本的な欲求のひとつである所属感で、自分にとって居心地のいい場所を意味する。



共同体感覚を持つように
 「自己受容」、「他者信頼」、「他者貢献」の感覚が必要である。
 なるためには

その1. ありのままの「このじぶん」を愛し入れること(自己受容)

アドラーの言葉2)
 「自分に価値があると思える時だけ、勇氣をもてる」

人は、道具のように買いかえたり交換したりできないから死ぬまで付き合い合ひがあります。そのためには、今の自分に価値があると考え、自分を受け入れる必要があります。

その2. 他者をいっさいの条件をのけることなく信じる(他者信頼)

アドラーの言葉3)
 「信用」するのではなく「信頼」するのだ。

「信頼」とは裏付けも担保もなく相手を信じ

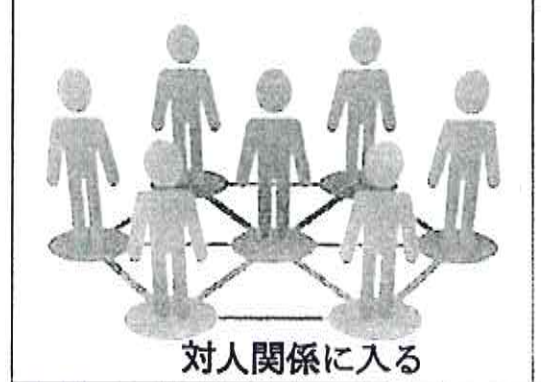
「信用」するのではなく「信頼」するのだ。

アドラーの言葉4)
 「人生の意味は全体への貢献である」

アドラーの言葉5)
 「私に価値があると思えるのは、私の行動が共同体にとって有益である時である」



裏切られる可能性があっても相手を信じるのです。
 これは、道徳的価値観に基づいて「他者を無条件に信頼しなさい」と説いているわけではありませんが、無条件の信頼とは、対人関係をよくするため、横の関係(ネー)を築いていくための手段です。信頼のリスクを



対人関係に入る

われわれは、人間の基本

その3. 他者に対する欲求である所属感(体の一部でありたい)の思いから、他者に貢献したいと思うのです。

そして、自分の存在や行動が共同体にとって有益だと思えたときだけ、つまり「わたしは誰かの役に立っている」と思えたときだけ、自分の価値を実感することができます。ここで、何もなくても「わたしが存在する」ことによる貢献についても理解しておかなければなりません。

他者貢献とは、「わたし」を捨てて誰かに尽くすことではなく、むしろ「わたし」の価値を実感するためにこそなされるものです。「自分は役に立っている」と実感するのは、他者から感謝されたこと、褒められることとは不要です。貢献感とは「自己満足」ではないのです。

「わたし」の価値を実感するためにこそなされるものです。「自分は役に立っている」と実感するのは、他者から感謝されたこと、褒められることとは不要です。貢献感とは「自己満足」ではないのです。

幸せとは、私は誰かの役に立っていると「感じる」ことー貢献感ーである。

ありのままの自分を受け入れること「自己受容」する一からこそ、裏切りを怖れなく「他者信頼」することができま。そして他者に無条件の信頼を寄せ、人々の仲間だと思えるからこそ、「他者貢献」ができます。さらには他者に貢献するからこそ、「わたしは誰かの役に立っている」と貢献感をもつことで、ありのままの自分を受け入れることができます。「自己受容」です。

共同体感覚は、このような好循環のなかで育まれ成長していきます。しかし、すべての人間が「他者は仲間である」と考えたり、「他者を無条件で信じたり」と思えたり、すなわち「自己満足」感である(S.T)

ありのままの自分を受け入れること「自己受容」する一からこそ、裏切りを怖れなく「他者信頼」することができま。そして他者に無条件の信頼を寄せ、人々の仲間だと思えるからこそ、「他者貢献」ができます。さらには他者に貢献するからこそ、「わたしは誰かの役に立っている」と貢献感をもつことで、ありのままの自分を受け入れることができます。「自己受容」です。

共同体感覚は、このような好循環のなかで育まれ成長していきます。しかし、すべての人間が「他者は仲間である」と考えたり、「他者を無条件で信じたり」と思えたり、すなわち「自己満足」感である(S.T)

安心訪問の記 2



昨年より「安心生活見守り支援事業」が始まり、安心訪問員に推され、活動を始める事となりました。活動開始前の安心訪問員の研修を経て、見守り希望者のお宅へ。私共は二人一組で訪問させて頂いております。まず「福祉医療情報キット(みまもりくん)」の記入説明と保管場所などをお話ししました。きちんとお話を聞き入れてくださる方なので安心です。その他生活に関する情報やご家族の事など少しづつお話が長くなってきましたが、楽しみにして下さる様でうれしく思っております。

また、ご近所の方で、気にかけて見守ってくださる方と偶然知り合いになりました。その方から情報や近況などを知らせて頂き、月一回の訪問のほかに情報が入り助かっております。

この様な役目を頂き、いろいろな方と知り合う機会が出来たことが大変うれしく、これからは頑張りたいと思います。(鈴木節子)